

Утверждаю  
 Директор ГБОУ СОШ № 3  
 Для г. о. Октябрьск  
 Шатрова Л.Ю.

Меню на 15 августа 2023 г.

№7	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	150	115.02
	2) Какао с молоком	160	126.19
	3) Бутерброд с сыром	50	109.89
2-й завтрак	Фрукты (бананы)	182	72.15
Обед	1) Салат из свежих помидоров и огурцов	30	30.73
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	153	131.05
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре	164	186.66
	4) Компот из сушеных фруктов	150	65.56
	5) Хлеб ржаной	45	102.00
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	157	180.80
	2) Кисломолочный напиток	184	67.26
	3) Хлеб пшеничный (батон)	32	65.15
	4) Кондитерские изделия (вафли)	45	114.40

**Всего: 1404.10**

Утверждаю  
Директор ГБОУ СОШ № 3  
г.о. Октябрьск  
Щатрова Л.Ю.

Меню на 15 августа 2023 г.

№7	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	180	158.69
	2) Какао с молоком	180	140.21
	3) Бутерброд с сыром	61	151.10
2-й завтрак	Фрукты (бананы)	182	90.60
Обед	1) Салат из свежих помидоров и огурцов	50	40.73
	2) Рассольник на курином бульоне со сметаной	183	150.10
	3) Рыба, запеченная в сметанном соусе, картофельное пюре	184	223.61
	4) Компот из сушеных фруктов	180	85.56
	5) Хлеб ржаной	54	132.00
Уплотненный полдник	1) Сырники из творога, соус молочный (сладкий)	178	271.92
	2) Кисломолочный напиток	188	88.34
	3) Хлеб пшеничный (батон)	41	86.86
	4) Кондитерские изделия (вафли)	46	184.43

Всего: 1804.15